

Queda bien con todo

Los chilenos marcan la diferencia en el consumo de mayonesa

No es raro que un turista o alguna persona que visita el país se sorprenda por el fanatismo que existe por la mayonesa. Se trata de un aderezo que siempre está presente en las comidas diarias, un aderezo que se eleva como el principal en las comidas diarias. **Por: Rodrigo M. Ancamil**

 Presente en distintas preparaciones, la mayonesa se ha vuelto parte imprescindible de la gastronomía nacional, llegando a ser uno de los principales ingredientes consumidos hoy por los chilenos.

La mayonesa permite a las personas disfrutar del buen sabor y transformar sus comidas, que vivan a diario una experiencia culinaria en casa, rescatando recetas tradicionales y explorando nuevas, para compartir entre amigos, con la familia o en solitario. Aporta sabor, cremosidad y permite sacar el máximo provecho a cualquier preparación.

La mayonesa es una salsa muy diversa, y podemos encontrar múltiples preparaciones donde cada chef entrega su toque con la versión o alguna variedad para una nueva experiencia de sabor. Para la elaboración de la mayonesa, base para otras variedades, se utiliza una taza de aceite por huevo, para luego de agregar una pizca de sal y batir hasta lograr una mezcla cremosa. Aunque este proceso parece sencillo, es muy común que la mayonesa se "corte" (toma un color más amarillo en vez de blanco, y adquiere una consistencia líquida y grumosa). Es por esto, que se recomienda tener cuidado en el proceso de batido, que no sea escaso o muy excesivo, además de tener precaución con los cambios de temperaturas. Al terminar se agrega unas gotas de limón y se mezcla nuevamente para integrarlo a la mayonesa. Si bien la original está hecha a base de aceite, huevo, sal y gotas de limón, agregar nuevos ingredientes puede marcar la diferencia.

Otra opción es elegir la variedad de productos que están disponibles en el mercado. En ese sentido, Hellmann's es la mayonesa perfecta para toda ocasión, desde disfrutar de un rico sabor en tus platos cotidianos, o si te quieres dar un gusto especial con una propuesta de marca variada e innovadora. Por eso, Sol Giuffrida, Brand Manager Nutrition de la marca, destaca que "Hellmann's no puede faltar en la mesa de los chilenos



porque ofrece una amplia variedad de opciones deliciosas que complementan cualquier comida. Nuestros realzadores de sabores, tales como mayonesa y ketchup, añaden un toque único a platos tradicionales chilenos como el asado y las ensaladas. Además, nuestros productos están elaborados con ingredientes de alta calidad, lo que garantiza perfección en cada bocado. Hellmann's da un toque especial a tus comidas y las hace aún más sabrosas".

Mayonesas veganas

Afortunadamente, la innovación y el compromiso con la diversidad alimentaria han permitido que la mayonesa evolucione. Ahora, las mayonesas veganas y libres de alérgenos al huevo están disponibles en el mercado, ofreciendo una alternativa deliciosa y versátil para aquellos que buscan disfrutar de esta icónica salsa sin compromisos; manteniendo la misma textura cremosa y el sabor inconfundible que todos conocemos y amamos, pero sin utilizar huevos ni ingredientes de origen animal.

De esta manera, se ha logrado preservar

la esencia de la mayonesa clásica mientras se adapta a las necesidades de un mundo cada vez más diverso en términos de preferencias alimentarias.

Entre los beneficios que se pueden encontrar en este tipo de mayonesa en comparación de las preparaciones tradicionales, es que la ausencia de huevo elimina el colesterol malo o el riesgo de una infección por salmonela. Sin embargo, nutricionalmente hay grandes diferencias para considerarla una mayonesa más saludable que la tradicional. "Nutricionalmente el huevo tiene un perfil de lípidos muy equilibrado a pesar de tener colesterol. Tiene lípidos polisaturados, tiene otros tipos de lípidos que protegen la salud cardiovascular, es tremendamente completo en soporte de vitaminas, tiene un aporte proteico en la clara, como en la yema. Lo que sí habría que tener cuidado obviamente es con la cantidad de mayonesa porque es un aporte total de grasa alto considerando también el aceite que se le agrega", explica Jessica Moya, nutricionista y académica USS.

La mayonesa ha pasado por múltiples

transformaciones, pero su capacidad de adaptación es una de las razones de su éxito. Gracias a las versiones veganas y libres de alérgenos, más personas que pueden disfrutar de la versatilidad y el sabor de esta deliciosa salsa.



Hellmann's "Nuestros realzadores de sabores, tales como mayonesa y ketchup, añaden un toque único a platos tradicionales chilenos como el asado y las ensaladas. Además, nuestros productos están elaborados con ingredientes de alta calidad, lo que garantiza perfección en cada bocado".

Sol Giuffrida, Brand Manager Nutrition de Hellmann's.

Según cifras de Euromonitor, en Chile la preferencia por la mayonesa se ha hecho notar ya que es uno de los países que más consume este producto en el mundo con 1,5 kilos per cápita, superando a países como Estados Unidos (1,4), España (1,4), Países Bajos (1,4) y México (1,2).